

جامعة مصطفى بن بولعيد باتنة 2.
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
قسم التدريب الرياضي/ النشاط التربوي الرياضي.
المستوى: السنة الثانية تدريب رياضي/ نشاط رياضي مدرسي.

السنة الجامعية
2023/2022

محاضرات مقياس علم الاجتماع الرياضي



الأستاذ: أحمد عماد الدين يونس

السنة الجامعية 2023/2022

المحور الثامن: الاتصال الرياضي (تابع).

6. تنمية مهارات الاتصال الفعال للقائد الرياضي:

لضمان قدرتك كقائد رياضي على الاتصال الجيد بالأعضاء او التابعين او اللاعبين ينبغي مراعاة العديد من النقاط أهمها ما يلي:

- 1- أن تكون الرسالة واضحة.
- 2- أن تكون الرسالة مباشرة.
- 3- أن تكون الرسالة نابعة منك أنت.
- 4- التركيز على موضوع واحد في المرة الواحدة .
- 5- أن ترسل في الوقت المناسب.
- 6- أن تكون الرسالة مساعدة.
- 7- أن تتطابق الرسالة اللفظية مع الرسالة غير اللفظية.
- 8- أن تكون الرسالة مختصرة بقدر الإمكان.
- 9- أن تكون الرسالة مناسبة لمستوى المستقبل.
- 10- استعداد المستقبل لاستقبال الرسالة.
- 11- أن تحسن استخدام صوتك لإرسال الرسالة.
- 12- أن تحسن استخدام المهارات غير اللفظية في إرسال رسالتك.
- 13- أن تنمي لديك مهارات الاستماع.
- 14- ينبغي الحصول على التغذية الراجعة.

7. تحسين مهارة الاستماع الجيد لدى القائد الرياضي:

هناك عناصر لتحسين مهارة الاستماع لدى المدرب:

- اعترافك بالحاجة إلى إتقان مهارة الاستماع نحو الأفضل.
- التركيز وعدم تشتيت انتباهك أثناء الحديث مع اللاعب التعامل النفسي.
- ركز في معني الكلام الذي يقوله اللاعب أكثر من التركيز على التفاصيل ونقاط الاختلاف.
- تجنب مقاطعة حديث اللاعب ظنا منك أن تتوقع وتعرف ما يقوله.
- الاستجابة الإيجابية التي تعكس أنك تفهم ماذا ولماذا يقول اللاعب لك هذا الكلام (الاستماع النشط).

مثال على ذلك: اللاعب أحمد قلق من الاشتراك في المنافسة القادمة.

اللاعب للمدرب: هل تعتقد أننا نستطيع هزيمة هذا الفريق؟

المدرب: هو فريق ممتاز ولكن فريقنا ممتاز كذلك.

اللاعب: ماذا يحدث إذا لم ألعب جيدا؟

الآن يجب أن يفسر المدرب هاذين السؤالين لمعرفة المغزى والهدف من السؤال ومن ذلك هل اللاعب قلق بالنسبة لإمكانية أن يكسب الفريق المنافسة؟ أم أنه قلق على نفسه من عدم اللعب جيدا.

المدرب: هل أنت قلق على أدائك في المباراة؟

اللاعب: نعم قليلا.

المدرب: كلما بذلت أقصى ما في وسعك كنت فخورا بك.

إن المدرب في المثال السابق أكد للاعب أن تقديره له لا يعتمد على نتائج المباراة أو جودة الأداء ولكن التركيز على الجهد الذي يبذله اللاعب وذلك يعني أن المدرب فهم مقصد اللاعب من السؤال، وقد أجاب بشكل بناء إيجابي يؤدي إلى تقليل التوتر وخفض القلق الذي يعاني منه اللاعب قبل المنافسة.

8. الاتصال غير اللفظي:

ويمكن تصنيف مهارات الاتصال غير اللفظية إلى:

- 1) حركة الجسم: حركات اليدين، الرأس، القدمين والجسم ككل، من الأشياء الهامة للتفاعل في الاتصال.
- 2) خصائص الجسم: البناء الجسماني والطول، الوزن، الحالة البدنية، من حيث اللياقة تعبر عن اهتمامك بلياقةك البدنية.
- 3) السلوك اللمسي: تُرَبَّت (تسند) على ظهر اللاعب - مسك يد اللاعب .. تعبير عن مشاعر الود والعطف بين المدرب واللاعب.
- 4) خصائص الصوت: خصائص الصوت من حيث النوعية أو الإيقاع تعبر عن المقصد الحقيقي من الرسالة.

9. قياس مهارات الاتصال للقائد الرياضي:

3.9. اختبارات مهارات الاتصال لقائد الرياضي:

صمم محمد حسن علاوي مقياسا لمحاولة التعرف على تقييم القائد الرياضي لمهاراته الاتصالية مع الأعضاء من وجهة نظره ، وفي نفس الوقت التعرف على تقييم الأعضاء للمهارات الاتصالية للقائد الرياضي من وجهة نظرهم ، و يشتمل الاختبار على صورتين: (الصورة أ): يقوم القائد الرياضي بالإجابة على عباراتها، و (الصورة ب) يقوم العضو بالإجابة عليها. وتتضمن كل صورة نفس العبارات وعددها 15 عبارة. وتتم الاستجابة على العبارات على مقياس ثلاثي التدرج: (أبدا، أحيانا ، غالبا).

وعند تصحيح الاختبار يتم منح الدرجات كما يلي:

أبدا = درجة واحدة.

أحيانا = درجتان.

غالبا = 3 درجات.

و يتم جمع درجات العبارات كلها وكلما اقتربت الدرجة الكلية من الدرجة 45 كلما دل ذلك على زيادة تميز القائد الرياضي بالمهارات الاتصالية. كما يمكن المقارنة بين الدرجة الكلية للقائد الرياضي في (الصورة أ) وبين متوسط درجات الأعضاء الذي يقوم القائد الرياضي بقيادتهم في الصورة ب (وذلك بعد قسمه مجموع درجات الأعضاء على عدد الأعضاء .وفيما يلي تعليمات الاختبار:

بالنسبة للصورة أ:

❖ فيما يلي بعض العبارات التي توضح كيفية قيامك كقائد رياضي بمحاولة توصيل إرشاداتك وتوجيهاتك للأعضاء، والمطلوب قراءة كل عبارة جيدا ووضع علامة (x) أمام كل عبارة وأسفل ما يتناسب مع حدوثها أثناء عملك القيادي الرياضي.

❖ لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ولكن المهم هو محاولة الاجابة بكل صدق وأمانة عن الطريقة التي تتم بها عملية الاتصال بينك كقائد رياضي وبين الأعضاء.

❖ رجاء عدم ترك أي عبارة بدون إجابة.

و بالنسبة للصورة ب:

يمكن استخدام التعليمات التالية:

❖ فيما يلي بعض العبارات التي توضح كيفية قيام القائد الرياضي الذي يولى قيادتك بتوصيل إرشاداته.

❖ المطلوب قراءة كل عبارة جيدا ووضع علامة (x) أمام كل عبارة و أسفل ما يتناسب مع حدوثها أثناء العملية القيادية للقائد الرياضي.

❖ لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ولكن المهم هو محاولة الإجابة بكل صدق وأمانة عن الطريقة التي تتم بها عملية الاتصال بين القائد الرياضي وبين الأعضاء.

❖ رجاء عدم ترك أي عبارة بدون إجابة.

الأستاذ: عماد الدين يونس

أولاً: مهارات الاتصال للقائد الرياضي (الصورة أ).

أنا كقائد رياضي:

غالباً	أحياناً	أبداً	العبارات
			1/ أعبر بوضوح تام عن ارشاداتي وتوجيهاتي.
			2/ أرسل رسائل غزيرة المعلومات.
			3/رسائلي واضحة بصورة دائمة.
			4/أستمع جيداً للأعضاء وأفهم رسائلهم.
			5/استخدم حركات جسمي في ارسال توجيهاتي.
			6/أحاول أن أجعل توجيهاتي لكل عضو في صورة يستطيع فهمها.
			7/ألاحظ استجابات الأعضاء لمضمون رسالتي.
			8/توجيهاتي ارسلها للعضو المقصود مباشرة.
			9/أحاول أن تكون توجيهاتي عامة للجميع.
			10/اشاراتي الجسمية تعني دائماً نفس الشيء الذي تعنيه كلماتي.
			11/أشجع الأعضاء على تبادل المعلومات معي.
			12/استخدم الاتصال ذو الاتجاهين (من القائد للعضو ومن العضو للقائد).
			13/عندما أوجه رسالة فإنني أركز على موضوع واحد فقط.
			14/رسائلي مختصرة دائماً.
			15/جميع الأعضاء يفهمون كلماتي وارشاداتي.

ثانيا: مهارات الاتصال للقائد الرياضي (الصورة ب).

أنا كعضو رياضي أرى أن قائدي:

غالباً	أحيانا	أبداً	العبارات
			1/ يعبر بوضوح تام عن ارشاداته وتوجيهاته.
			2/ يرسل رسائل غزيرة المعلومات.
			3/ رسائله واضحة بصورة دائمة.
			4/ يستمع جيداً للأعضاء ويفهم رسائلهم.
			5/ يستخدم حركات جسمه في ارسال توجيهاته.
			6/ يحاول أن يجعل توجيهاته لكل عضو في صورة يستطيع فهمها.
			7/ يلاحظ استجابات الأعضاء لمضمون رسالته.
			8/ توجيهاته يرسلها إلى العضو المقصود مباشرة.
			9/ يحاول أن تكون توجيهاته عامة للجميع.
			10/ اشاراتة الجسمية تعني دائماً نفس الشيء الذي تعنيه كلماته.
			11/ شجع الأعضاء على تبادل المعلومات معه.
			12/ يستخدم الاتصال ذو الاتجاهين (من القائد للعضو ومن العضو للقائد)
			13/ عندما يوجه رسالة فإنه يركز على موضوع واحد فقط.
			14/ رسائله مختصرة دائماً .
			15/ جميع الأعضاء يفهمون كلماته وارشاداته.

3.8. قائمة مهارات الاتصال للقائد الرياضي:

الوصف:

قائمة مهارات الاتصال للقائد الرياضي صممها محمد حسن علاوي لقياس القدرة على الاتصال للقائد الرياضي من وجهة نظر العضو الرياضي، وتتضمن القائمة (14) سمة اتصالية وعكسها بطريقة التمايز السينماتي ويقوم العضو الرياضي بالإجابة على القائمة طبقاً لدرجة انطباقها على قائده الرياضي وذلك طبقاً للتعليمات على مقياس سباعي التدرج.

ويتم تصحيح القائمة في ضوء السمات الاتصالية الإيجابية والسلبية على أساس تدرج الدرجات للسمات الاتصالية الإيجابية من (7) درجات إلى درجة واحدة ، وتدرج السمات الاتصالية السلبية من درجة واحدة إلى (7) درجات، والدرجات العالية تشير إلى تميز القائد الرياضي بمهارات اتصال عالية، في حين أن الدرجات المنخفضة تشير إلى تميزه بمهارات اتصال متواضعة وذلك في ضوء مفتاح التصحيح الخاص بالقائمة . وفيما يلي تعليمات القائمة:

في الصفحة التالية بعض الصفات التي يمكن بها وصف توجيهات أو إرشادات أو تعليمات قائده الرياضي لك في أثناء عمله القيادي الرياضي و المطلوب منك تحديد تقييمك لهذه التوجيهات أو الإرشادات أو التعليمات. والمثال التالي يوضح ذلك.

بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	لا هذا ولا ذاك	بدرجة قليلة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	
3	2	1	0	1	2	1	
							سهلة
							صعبة

ففي المثال السابق:

❖ إذا كانت هذه التعليمات أو التوجيهات أو الإرشادات «سهلة» بدرجة كبيرة أو متوسطة أو قليلة فضع علامة (X) أسفل الرقم المناسب القريب من الصفة «سهلة» بما يتناسب مع وصفك لها.

- ❖ إذا كانت هذه التعليمات أو التوجيهات أو الإرشادات «صعبة» بدرجة كبيرة أو متوسطة أو قليلة فضع علامة (X) أسفل الرقم المناسب القريب من الصفة «صعبة» بما يتناسب مع وصفك لها.
- ❖ إذا كنت لا تستطيع أن تحدد بوضوح أنها سهلة أو صعبة فضع علامة (X) أسفل الرقم (0).
- ❖ حاول أن تضع علامة واحدة فقط أمام كل صفة و عكسها في السطر الواحد .
- ❖ لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة وإنما المهم هو صدق إجابتك مع نفسك.

قائمة مهارات الاتصال للقائد الرياضي.

اعداد: محمد حسن علاوي.

كيف تلاحظ تعليمات وتوجيهات قائدك الرياضي ؟

الصفات	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	لا هذا ولا ذاك	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	الصفات
	3	2	1	0	1	2	3	
غير واضحة								واضحة
مباشرة								غير مباشرة
غير كاملة								كاملة
مركزة								غير مركزة
في وقت غير المناسب								في وقتها المناسب
مساعدة								غير مساعدة
غير مفيدة								مفيدة
معبرة								غير معبرة
غير مؤثرة								مؤثرة
تعبر عن رأي الآخرين								تعبر عن رايه
لا تنطبق الالفاظ مع تعبيرات الوجه								تنطبق الالفاظ مع تعبيرات الوجه
هامية								غير هامية
مطولة								مختصرة
مناسبة للاعبين								غير مناسبة للاعبين

مفتاح التصحيح:

كيف تلاحظ تعليمات وتوجيهات قائدك الرياضي ؟

الصفات	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	لا هذا ولا ذاك	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	الصفات
	3	2	1	0	1	2	3	
واضحة	1	2	3	4	5	6	7	واضحة
غير واضحة	7	6	5	4	3	2	1	غير مباشرة
مباشرة	1	2	3	4	5	6	7	كاملة
غير كاملة	7	6	5	4	3	2	1	غير مركزة
مركزة	1	2	3	4	5	6	7	في وقتها المناسب
في وقت غير المناسب	7	6	5	4	3	2	1	غير مساعدة
مساعدة	1	2	3	4	5	6	7	مفيدة
غير مفيدة	7	6	5	4	3	2	1	غير معبرة
معبرة	1	2	3	4	5	6	7	مؤثرة
غير مؤثرة	1	2	3	4	5	6	7	تعبر عن رايه
تعبر عن راي الآخرين	1	2	3	4	5	6	7	تتطبق الالفاظ مع تعبيرات الوجه
لا تتطبق الالفاظ مع تعبيرات الوجه	7	6	5	4	3	2	1	غير هامة
هامة	1	2	3	4	5	6	7	مختصرة
مطولة	7	6	5	4	3	2	1	غير مناسبة للاعبين
مناسبة للاعبين	7	6	5	4	3	2	1	

4.8. قائمة مهارات الاستماع للقائد الرياضي:

قائمة مهارات الاستماع للقائد الرياضي صممها محمد حسن علاوي لقياس قدرة القائد الرياضي على امتلاكه لمهارة الاستماع للأعضاء, وتتضمن القائمة 20 عبارة ويقوم القائد الرياضي بالاستجابة لعبارات القائمة على مقياس ثلاثي التدرج (نعم، غير متأكد، لا), ويتم منح الدرجات طبقاً لما يلي:

نعم = 3 درجات، غير متأكد = درجتان، لا = درجة واحدة، وكلما ارتفعت درجات القائد الرياضي كلما دل ذلك على حاجته لتنمية مهاراته على الاستماع , وتعليمات القائمة كما يلي:

الرجاء قراءة كل عبارة من العبارات التالية ثم قرر:

✓ إذا كنت تعتقد أن العبارة تنطبق عليك ضع علامة (X) في الخانة أمام العبارة وأسفل كلمة (نعم).

✓ إذا كنت تعتقد أن العبارة لا تنطبق عليك ضع علامة (X) في الخانة أمام العبارة وأسفل كلمة (لا).

✓ أما إذا كنت غير متأكد من أن العبارة تنطبق أو لا تنطبق عليك فضع علامة (X) في الخانة أمام العبارة وأسفل كلمة (غير متأكد).

لاحظ عزيزي القائد الرياضي أن صدقك مع نفسك في الإجابة على عبارات القائمة يساعدك على التعرف جيداً على مهاراتك في الاستماع وبالتالي تقييم قدراتك الاتصالية اللازمة لنجاحك في عملك التربوي الرياضي.

قائمة مهارات الاستماع للقائد الرياضي.

اعداد: محمد حسن علاوي.

أنا كقائد رياضي:		
لا	غير متأكد	نعم
		1/ أرى أن الاستماع للأعضاء عملية غير مشوقة.
		2/ أركز على طريقة حديث العضو وليس على محتوى حديثه.
		3/ أرى أن الاستماع موهبة ويصعب تعلمه.
		4/ أحاول أن أعطي اللاعب الانطباع بأنني أنصت إليه, في حين أنني قد أفكر في شيء آخر.
		5/ استمع إلى الموضوعات التي أود سماعها من اللاعب.
		6/ استمع إلى حديث اللاعب و أفكر في الحل في نفس الوقت.
		7/ أرى أنه من الصواب الاستماع لحديث اللاعب لفترة معينة أحدها بنفسه.
		8/ أعتقد أن الاستماع عملية سهلة ولا تتطلب التركيز.
		9/ أعتقد أنه ليس من الضروري أن أظهر للاعب أنني استمع إليه.
		10/ لا تهمني تعبيرات جسم ووجه اللاعب أثناء الاستماع لحديثه ولكن يهمني فقط الألفاظ التي يقولها .
		11/ يمكنني مقاطعة اللاعب قبل أن يكمل حديثه.

			12/ أعتبر نفسي متحدثا جيدا ولكنني لا أجد الاستماع.
			13/ استمع فقط من اللاعبين إلى الموضوع الذي لا يحتاج إلى قدر كبير من التفكير.
			14/ أحاول أن أغير موضوع حديث اللاعب عندما لا ارتاح إلى حديثه.
			15/ أقاطع حديث اللاعب عندما يتحدث في موضوعات أعتقد أنها غير هامة.
			16/ أحاول أن أفسر حديث اللاعب بأكثر من معنى.
			17/ أعتقد أن الاستماع مهارة يصعب إتقانها .
			18/ لا أرتاح إلى حديث بعض الأعضاء في الفريق.
			19/ استمع فقط إلى اللاعب عندما أطلب منه أن يتحدث.
			20/ لس في حاجة إلى تنمية مهاراتي على الاستماع.

قائمة مراجع:

1. اياد عبد الكريم العزاوي, مروان عبد المجيد ابراهيم, علم الاجتماع التربوي الرياضي, دار سراج للنشر والتوزيع, عمان, الاردن, 2002.
2. محمد حسن علاوي , سيكولوجية القيادة الرياضي, الطبعة الثانية, مركز الكتاب للنشر, القاهرة, مصر, 2005.
3. محمد السيد الششتاوي, سيكولوجية القيادة الرياضي, الطبعة الأولى, مؤسسة عالم الرياضة للنشر, الاسكندرية, مصر, 2014.
4. وفاء درويش, سيكولوجية القيادة والجماعات الرياضية, الطبعة الأولى, مؤسسة عالم الرياضة للنشر, الاسكندرية, مصر, 2014.
5. مصطفى حسين باهي و آخرون, علم الاجتماع الرياضي, الطبعة الأولى, مركز الكتاب الحديث, القاهرة, مصر, 2015.
6. خير الدين علي عويس, عصام الهلالي, الاجتماع الرياضي , دار الفكر العربي, القاهرة, مصر, 2010.
7. الزهراء محمد رشاد, ايهاب محمد جابر, علم الاجتماع الرياضي, الطبعة 1, مركز الكتاب الحديث للنشر, القاهرة, مصر, 2015.